

Rezept Südafrika



Bobotie – der südafrikanische Familienklassiker für alle!

Dieses weltweit beliebte Nationalgericht ist wahrscheinlich deshalb so bekannt, weil sich die Zutaten je nach Familie und Geschmacksvorlieben beliebig austauschen lassen.

Die heutige Leibspeise der Südafrikaner stammt ursprünglich aus Asien. Der Bobotie (indonesisch bobotok) ist eine Art überbackener Hackbraten meist aus Lamm-Hackfleisch, Weißbrot, Zwiebeln, Rosinen und Gewürzen, kann aber – anstatt mit Fleisch – auch mit Linsen gegessen werden. Richtig „lekker“ schmeckt unser südafrikanischer Favorit mit gelbem (Safran-)Reis und fruchtigem Chutney.

So wird's gemacht:

Weichen Sie **das Brötchen** in Wasser ein und drücken Sie es anschließend gut aus. Hacken Sie **Zwiebeln** und **Knoblauch** klein und mischen Sie die Stückchen zusammen mit einem **Ei** unter das **Hackfleisch**. Jetzt vermengen Sie das Brötchen und das Fleischgemisch mit den **Rosinen**, dem **Mango-Chutney** und den **Mandelblättchen**. Würzen Sie das Ganze mit **Salz**, **Pfeffer**, **Zitronensaft** und dem **Currypulver**.

Heizen Sie den Ofen auf **220 Grad** vor, füllen Sie das Gemisch in eine gefettete Auflaufform und backen Sie das Ganze schließlich für **20 Minuten**. In der Zwischenzeit vermischen Sie die **Milch** mit den restlichen **Eiern** und schmecken alles mit **Salz**, **Muskat** und **Curry** ab. Verteilen Sie nun die Sauce zum Überbacken auf dem Auflauf und geben Sie Ihr Bobotie für weitere **15–20 Minuten** in den Ofen.

Sie brauchen:

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Hackfleisch
- 1 Brötchen
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 3 Eier
- 50 g Rosinen
- 2 EL Mango-Chutney
- 50 g Mandelblättchen
- 125 ml Milch
- 1 EL Zitronensaft
- 3 TL Currypulver
- etwas Muskatnuss
- Salz,
- schwarzer Pfeffer

 45 min

   mittel